

Prolog	9
Kapitel 1	
Wir stehen vor einer Bewährungsprobe	21
Kapitel 2	
Der Weg aus der Angst: Mut	43
Kapitel 3	
Zögern. Zaudern. Zagen. Warum?.....	79
Kapitel 4	
Die Hoffnung: Was wir alles schaffen können	97
Kapitel 5	
Jetzt sind wir dran: Ohne Mitmacher geht es nicht..	113
Kapitel 6	
Endlich angekommen in der Realität.....	129
Kapitel 7	
Epilog: Mit ganzem Willen	147